

[Početna](#) > [Budućnost](#) > [Kultura](#) >

KULTURA ZDRAVLJE

Ivo KRIŠTIĆ: Sport za sve generacije i naraštaje

Na taekwondo turniru Čigra Open kup nastupilo je 724 natjecatelja iz 4 zemlje. Ovaj turnir poseban je po nastupu velikog broja parataekwandoaša koji nastupaju u izvođenju formi. Važno je za naglasiti da su mnogi među njima svjetski i europski prvaci što govori o snazi navedenog turnira

Autor **Biram DOBRO**

Ažurirano 19 lis, 2024

”

Na taekwondo turniru Čigra Open kup nastupilo je 724 natjecatelja iz 4 zemlje. Ovaj turnir poseban je po nastupu velikog broja parataekwandoaša koji nastupaju u izvođenju formi. Važno je za naglasiti da su mnogi među njima svjetski i europski prvaci što govori o snazi navedenog turnira.

Okupljene natjecatelje pozdravio je i Marko Golubić, hrvatski olimpijski natjecatelj u taekwondou.

This website uses cookies to improve your experience. We'll assume you're ok with this, but you can opt-out if you wish. [Accept](#) [Read More](#)

S predsjednikom Hrvatskog taekwondo saveza, Antom Nobilom, razgovarali smo o važnosti ovakvih turnira koji okupljaju mlade i potiču ih na bavljenje sportskim aktivnostima i važnosti bavljenja sportom osoba s posebnim potrebama na što je gospodin Nobilo naglasio:

Taekwondo je sport koji ima više vidova natjecanja, nisu samo borbe. Osobe koje imaju hendikep i ne mogu se boriti mogu se natjecati u formama koje su tradicionalni dio u taekwondou i svi ih polažu. Polaže se i za crni pojas, to je način da radite taekwondo bez kontakta.

Forme mogu biti za osobe parasportaše, mogu biti za sasvim mlade, ali mogu biti i za sasvim stare, za sve one koji izbjegavaju fizički kontakt u natjecanju i to je jedna širina u taekwondou koji daje bazu svima da se bave sportom.

S organizatorom iz Taekwondo kluba Čigra Borisom Bursaćem razgovarali smo o ovom veličanstvenom turniru koji je okupio veliki broj natjecatelja.

Bursać: Čigra Open kup i Čigra limač u svojih 12 godina postojanja iznjedrili su brojne sportaše koji su na ovim turnirima učinili svoje prve natjecateljske korake te se nadam da ćemo upravo s ovog skupa u budućnosti iznjedrili nove svjetske prvakinje i prvake. Važno je za naglasiti da u sklopu našeg turnira nastupa i veliki broj parataekwondo natjecateljica i natjecatelja što me posebno veseli.

Sa trenerom parataekwondo natjecateljica Ivanom Kaićem iz Taekwondo kluba Čigra razgovarali smo kako teku treninzi i pripreme naših parasportašica na navedenom turniru.

Kaić: Danas smo na Čigra para Openu u para dijelu natjecanja okupili oko 40 natjecateljica i natjecatelja, konkretno iz TKD kluba Čigra radi se o 15 natjecateljica i natjecatelja, svi oni treniraju tri puta tjedno u našim klupskim prostorijama. Izuzetno sam zadovoljan s njihovim nastupom danas i njima to puno znači.

Vidimo da se parasportaši raduju uspjesima kako svojim tako i tuđima i da ih svaki nastup veseli!

This website uses cookies to improve your experience. We'll assume you're ok with this, but you can opt-out if you wish. [Accept](#) [Read More](#)

Kaić: To je najbitnije, mi ih to i pokušavamo naučiti, najbitnije je sudjelovati. Bitno je da treniraju, a medalje će doći same po sebi. Želimo da pomažu jedni drugima, da se druže, treniraju. Najbitnije je zdravlje, a uspjesi će doći kao produkt rada.

Koliko je vremena i truda je potrebno da bi se parasportaša naučilo vježbati formu za natjecanja kao što su ova?

Kaić: Oni rade standardne forme koje su u taekwondou, ima ih 17. Oni ih rade 5 do 6 i nije lako, ali ponavljanjem se uči. Kao i sve u životu, uči se samo ponavljanjem, možemo reći da skoro svaki trening krećemo iz početka, kao da ponovno počinjemo, nije lako, ali volim to i samim time nam je lijepo sve to raditi.

”

Senada Halilčević dolazi iz parataekwondo kluba Čigra, a trenira već 7 godina.

Halilčević: Taekwondo sam krenula trenirati slučajno nakon što je Danijel Bursać kod nas u udruzi predstavio projekt. Planirala sam samo vježbati, ali malo pomalo postala sam natjecateljica. Imam tri europska zlata i dva srebra, a prošle godine na svjetskom kupu u Meksiku sam bila proglašena najboljom sportašicom prvenstva. Treniram tri puta tjedno, a kad su pripreme za svjetska i europska natjecanja, treniramo svaki dan. Radim u Udruzi za samozastupanje, to je udruga koja se bavi pravima osoba s intelektualnim teškoćama, osnažujemo ih da govore u svoje ime. Tamo radim administrativne poslove i vodim grupu. Svima bih savjetovala da se bave sportom kojeg vole i u kojem uživaju, ne treba to biti natjecateljskog karaktera, dovoljno je rekreativno se baviti sportom ako želite dug život.

This website uses cookies to improve your experience. We'll assume you're ok with this, but you can opt-out if you wish. [Accept](#) [Read More](#)



Mia Sertić i Samija Zaydan

Taekwondo treniramo više od 5 godina, imamoiskusne trenere i trenerice i uživamo na treninzima. Samija: Živimo zajedno, Mijina mama je moja skrbnica, a s nama je i naš pas, naša njemačka boxerica Loo. Vrijeme provodimo u klubu Vjeverica, nikada se ne svađamo, a na treninzima podržavamo jedna drugu. Taekwondo sam odabrala jer se trenirajući osjećam dobro, ugodno mi je, sudjelujem i na natjecanjima.

Mia: Sviđa mi se teakwondo, jako su nam dobre trenerice i treneri, stvarno ih pohvaljujem, puno se trude oko nas pa smo puno toga i postigli.

Mario Komorčić: U Čigri treniram već tri godine, imam 45 medalja, bio sam na mnogo natjecanja, osvojio sam 2. i 3. mjesto na svjetskom prvenstvu, a tri puta sam bio viceprvak Europe, to su moji najveći uspjesi u parataekwondou, a želja mi je da postignem još bolje rezultate.

Profesoricu Andreu Roginić, trenericu u parataekwando klubu Čigra pitali smo kako je raditi sa paranatjecateljima i koliko je truda potrebno da bi se jednog parasportaša naučila vježba formi.

Roginić: Inače, radim kao profesorica tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi Gornje Vrapče. Radim isto kao i sa zdravima, ali s njima radim s još većim entuzijazmom, zato što oni ne mogu, a žele, a ovi zdravi ponekad mogu, a neće. Tako da je meni veće zadovoljstvo raditi sa osobama sa intelektualnim teškoćama i invaliditetom. Jako su topli i baš to što je u njima sve pozitivno, sve vide pozitivno. Prošli trening sam im zakasnila jer sam imala obaveza u školi, rekla sam i objasnila sam im da mi je škola na prvom mjestu jer od toga živim, ali su mi oni jako važni i onda sam im se ispričala, a oni su u tome vidjeli, dobro je trenerice, barem smo se prošetali do treninga. Tako da mi se sviđa to što u svemu vide sve pozitivno.

This website uses cookies to improve your experience. We'll assume you're ok with this, but you can opt-out if you wish. [Accept](#) [Read More](#)

Kao profesorica tjelesne i zdravstvene kulture koliko ste zadovoljni s djecom paraspotrašima i njihovim bavljenjem sportom, ali i bavljenjem sportom općenito kod mlade populacije?

Roginić. Meni je to jako važno kao profesorici tjelesne i zdravstvene kulture da se djeca bave sportom, da kvalitetno ispunjavaju svoje slobodno vrijeme, a ne da su po cijele dane na mobitelima. Osobama s invaliditetom se poboljšava kvaliteta života jer manje padaju, na primjer Senada, ona čim su joj mišići čvršći je sigurnija dok hoda i mislim da joj to pomaže u njezinom svakodnevnom životu.

Ivo KRIŠTIĆ

”

Tekst je financiran sredstvima Agencije za elektroničke medije iz programa poticanja novinarske izvrsnosti



Biram DOBRO - 4368 Posts

- 0 Comments

Tekstovi Uredništva, gostujućih autora ili iz drugih medija.

Ova web-stranica koristi Akismet za zaštitu protiv spama. Saznajte kako se obrađuju podaci komentara.

This website uses cookies to improve your experience. We'll assume you're ok with this, but
NASLOVNICA **O STRANICI I UREDNIŠTVU** **PRAVILA PRIVATNOSTI**
you can opt-out if you wish. Accept [Read More](#)

KONTAKT

SURADNJA

© 2024 - Biram DOBRO. Sva prava pridržana

This website uses cookies to improve your experience. We'll assume you're ok with this, but you can opt-out if you wish. [Accept](#) [Read More](#)